

NEUROACT ONLINE - schema & kursinnehåll

2023-09-14 (Dag 1)

9.00-9.30	Introduktion och presentation av föreläsare
9.30-10.15	Stressorer hos individer på autismspektrumet Exekutiva funktionsbrister som vidmakthållande av stress och psykisk ohälsa Tidigare forskning och behandlingsrekommendationer
10.15-10.30	<i>Paus</i>
10.30-12.00	Rational för acceptance and commitment therapy (ACT) som stresshantering och färdighetsträning vid autism Konceptualisering av NEUROACT-modellen (psykopatologi, klinisk paradox, psykologisk flexibilitet) som alternativ till psykologisk och kognitiv inflexibilitet
12.00-13.00	<i>Lunchpaus</i>
13.00-14.30	Introduktion till NEUROACT - stresshantering för flexibilitet & hälsa Anpassningar av ACT till autism MODUL 1. STRESS & UNDVIKANDEN Stressorer och undvikandebeteenden. Upplevelsebaserade övningar och genomgång av behandlingsmaterialet Utmaningar och Anpassningar
14.30-14.45	<i>Paus</i>
14.45-16.30	MODUL 2. PERSPEKTIV Fokusträning och perspektivtagande på tankar. Upplevelsebaserade övningar och genomgång av behandlingsmaterialet Sammanfattning, utvärdering och reflektion av dagen

2023-09-15 (dag 2)

9.00-10.15	Fördjupning av NeuroACT-tekniker och behandlingssessioner MODUL 3. DET SOM ÄR VIKTIGT Egna livsvärden och målbeteenden. Upplevelsebaserade övningar och reflektion utifrån behandlingsmaterialet
10.15-10.30	<i>Paus</i> MODUL 4. ACCEPTANS & MEDKÄNSLA
10.30-12.00	Reglering av känslor och sinnesintryck/perception. Upplevelsebaserade övningar och reflektion utifrån behandlingsmaterialet
12.00-13.00	<i>Lunchpaus</i> MODUL 5. UMGÄNGE & ÅTERHÄMTNING
13.00-14.15	Sociala färdigheter och återhämtning från stress. Upplevelsebaserade övningar och reflektion utifrån behandlingsmaterialet
14.15-14.30	<i>Paus</i> ATT TÄNKA PÅ SOM GRUPPLEDARE
14.30-16.00	Utmaningar och terapeutfärdigheter Att komma igång med egna grupper eller behandlingssessioner Sammanfattande utvärdering och reflektion över utbildningen